# حجامت بهتر است یا فصد خون؟ کدوم فوایدش بیشتره؟

اینکه **حجامت بهتر است یا فصد خون** به عوامل مختلفی از جمله نوع بیماری، مزاج فرد، شرایط جسمانی و نظر پزشک بستگی دارد.و پاسخ قطعی ندارد. در بسیاری از موارد شاهد آن هستیم که افراد حجامت و فصد خون را یکسان می‌دانند و حتی تصور می‌کنند که این دو روش درمانی به صورت همزمان به کار گرفته می‌شوند. این ذهنیت کاملاً نادرست است، زیرا انجام هر یک از این موارد مراحل خاص خود را دارد و نباید آن‌ها را برابر دانست. در حالی که حجامت یک تکنیک مشهور از طب سنتی محسوب می‌شود، فصد خون بیشتر در پزشکی مدرن به کار گرفته می‌شود. **به طور کلی، حجامت به دلیل تأثیر کمتر بر روی بدن و عوارض جانبی کمتر، در بسیاری از موارد ترجیح داده می‌شود .**اما فصد خون نیز در برخی موارد خاص می‌تواند مؤثر باشد.

منبع: [https://behtarinyab.com/%d8%ad%d8%ac%d8%a7%d9%85%d8%aa-%d8%a8%d9%87%d8%aa%d8%b1-%d8%a7%d8%b3%d8%aa-%db%8c%d8%a7-%d9%81%d8%b5%d8%af-%d8%ae%d9%88%d9%86/](https://behtarinyab.com/%d8%ad%d8%ac%d8%a7%d9%85%d8%aa-%d8%a8%d9%87%d8%aa%d8%b1-%d8%a7%d8%b3%d8%aa-%db%8c%d8%a7-%d9%81%d8%b5%d8%af-%d8%ae%d9%88%d9%86/)



## تفاوت اصلی بین حجامت و فصد خون

**حجامت بهتر است یا فصد خون؟** حجامت و فصد خون هر دو به عنوان راهکارهای درمانی مناسب در نظر گرفته می‌شوند، هرچند با هم تفاوت‌هایی دارند. نخستین تفاوت در این رابطه، روش انجام هر یک از آن‌ها است. فصد خون معمولاً در شرایط بهداشتی‌تری انجام می‌گیرد، زیرا جهت به کارگیری آن باید به سراغ ابزارهای مدرن و جدیدی همچون آنژیوکت برویم. این در حالی است که در حجامت از ابزارهای سنتی همچون بادکش و تیغ استفاده می‌شود که اگر به خوبی استریل نشده باشند، خطراتی را به دنبال دارند.

تفاوت دیگری که در رابطه با حجامت و فصد خون می‌توان به آن اشاره کرد، نوع خون‌گیری از بیمار محسوب می‌شود. در فصد، خون خارج شده از سرخرگ‌ها گرفته می‌شود. این در حالی است که خون خروجی در طی حجامت در درون مویرگ‌ها جاری بوده است. همین امر باعث می‌شود که در فصد، خون بیشتری نسبت به حجامت از بدن دریافت شود. در واقع خونی که باید در طی چندین جلسه حجامت بیرون بیاید، تنها در یک جلسه فصد خارج خواهد شد.

نتایج حاصل از فصد خون سریع‌تر از حجامت قابل مشاهده هستند. این امر شامل مواردی همچون کاهش میزان سموم بدن و غلظت خون است. با این تفاسیر می‌توان بیان کرد که در اکثر موارد فصد گزینه بهتری نسبت به حجامت برشمرده می‌شود. البته این بدان معنا نیست که حجامت بی ارزش است و اهمیتی ندارد.

## انتخاب از بین فصد خون و حجامت

شاید هنوز هم این پرسش برایتان مطرح باشد که **حجامت بهتر است یا فصد خون**؟ با توجه به مواردی که در بخش‌های پیشین گفته شده احتمالاً بین انتخاب حجامت یا فصد خون دچار سردرگمی شده‌اید. این موضوع کاملاً عادی است و لازم نیست نگرانی خاصی به دل خود راه دهید. بهترین راهکار برای شما باید توسط پزشکتان و پس از مطالعه دقیق سوابق درمانی شما انتخاب شود.

به این موضوع توجه داشته باشید که فصد خون و حجامت اگرچه مزایای متعددی را برای ما به ارمغان می‌آورند، اما عوارض مختص به خود را نیز دارند. از جمله عوارض اصلی حجامت کردن می‌توان به عفونت اشاره کرد (در صورت عدم رعایت بهداشت). عوارض ناشی از فصد خون نیز شامل بی‌حالی و بی اشتهایی است.

در زمان انتخاب بین فصد خون و حجامت به سن بیمار نیز دقت می‌شود. شاید برایتان جالب باشد اگر بدانید انجام این دو روش درمانی در افرادی که بیش از شصت سال و یا کمتر از چهارده سال سن دارند توصیه نمی‌شود. علاوه بر این، بانوان باردار نباید در طول دوران حاملگی از حجامت یا فصد خون کمک بگیرند.

## مزایای فصد خون

در اکثر موارد جهت درمان غلظت خون، حجامت و فصد خون تجویز می‌شود. درک اینکه از بین فصد خون و حجامت کدام مورد گزینه بهتری به شمار می‌آید، موضوع پژوهش‌های گوناگونی بوده است. در ابتدا لازم است به فصد خون بپردازیم. اولین نکته مثبت در این باره آن است که فصد یک روش درمانی به اثبات رسیده در پزشکی نوین است. تحقیقات گسترده‌ای در مورد نتایج فصد خون جهت درمان بیماری‌هایی همچون غلظت خون انجام گرفته است که همه آن‌ها این روش را تأیید می‌کنند.

"فصد خون با کاهش حجم خون، به طور موقت غلظت خون را کاهش دهد. در کنار فصد خون باید دلیل افزایش غلظت خون شناسایی و برطرف شود. پزشک یا پرستار با بررسی آزمایش خون و مقدار غلظت خون به شما پیشنهاد می دهد

که چند بار فصد خون را انجام دهید. همچنین فواصل زمانی بین دفعات فصد خون و **بهترین زمان فصد خون** را مشخص می کند."

خونی که از طریق فصد خارج می‌شود کاملاً تحت کنترل است. دلیل این امر را می‌توان به استفاده از آنژیوکت که یک ابزار ویژه جهت خارج کردن خون است ارتباط داد. فصد خون یک روش بهداشتی است و احتمال ابتلا به عفونت‌های مختلف در طی انجام آن به شدت پایین است. مزیت بعدی فصد آن است که می‌توان مقدار خون خروجی را تنظیم کرد. به عنوان مثال، در افرادی که دارای غلظت خون بالایی هستند، امکان افزایش میزان خون دریافتی وجود داد (بین سیصد الی پانصد سی سی در هر جلسه فصد).

## مزایای حجامت کردن

برای فهمیدن اینکه **حجامت بهتر است یا فصد خون** لازم است به مزیت‌های هرکدام بپردازیم. هدف از انجام این روش درمانی نیز خارج کردن مقدار مشخصی خون از بدن بیمار است که در طب سنتی به آن خون کثیف هم گفته می‌شود. این خون معمولاً تنها در زمان به کارگیری حجامت خارج خواهد شد. افرادی که دوست ندارند بر روی بدن آن‌ها اثر تیغ حجامت مشاهده شود می‌توانند به دنبال استفاده از حجامت خشک باشند که در آن تنها چند بادکش بر روی پوست حرکت داده می‌شود.

حجامت کردن می‌تواند برای رفع سردرد نیز مؤثر باشد که در برخی از موارد به علت افزایش میزان غلظت خون در بدن رخ می‌دهد. افرادی که طرفدار طب سنتی هستند معمولاً حجامت را به فصد ترجیح خواهند داد. گفته می‌شود که حجامت در درمان جوش صورت و همچنین کبد چرب نیز کاربرد دارد. به گفته سایت lakesidesportschiro درباره فواید حجامت:

Cupping works by creating a vacuum pressure on the skin which draws out impurities from deep tissue massage and muscles. This process helps draw out accumulated waste products such as environmental toxins and heavy metals that may have been stored in your cells for years without you knowing it was the

امروزه امکان انجام حجامت و فصد خون در منزل وجود دارد و از این جهت به هم شباهت دارند.

فصد خون و حجامت در منزل

انجام فصد خون و حجامت در منزل میتواند به شما کمک کند تا در راحتی و آسایش از مزایای این درمان برخوردار شوید.

مرکز مشاوره و مراقبت های پرستاری در منزل **یارا درمان** به عنوان یکی از **بهترین مراکز فصد خون در تهران**، خدمات فصد خون در منزل را در همه ی مناطق شهر تهران ارائه می دهد. فصد خون در مرکز یارا درمان توسط پرستاران با تجربه به روش بیمارستانی و کاملا بهداشتی با استفاده از کیسه ی فصد خون انجام می شود. پرستار بعد از حضور در منزل شما ابتدا سوابق پزشکی و شرایط جسمی شما را بررسی کرده و فواید فصد خون و **حجامت در**

**منزل** را برای شما توضیح میدهد. به شما کمک می کند بهترین تصمیم را بگیرید. سپس فصد خون یا حجامت را با وسایل یکبار مصرف و کاملا بهداشتی برای شما انجام می دهد.

## سخن پایانی

اگرچه حجامت و فصد خون هر دو یک هدف را دنبال می‌کنند، اما این بدان معنا نیست که هیچ تفاوتی در بین آن‌ها وجود ندارد و می‌توان این دو مورد را یکسان دانست. به طور کلی باید بیان کرد که حجامت یکی از روش‌های مهم درمانی در طب سنتی محسوب می‌شود، حال آنکه فصد خون در پزشکی مدرن مورد توجه قرار می‌گیرد.

**حجامت بهتر است یا فصد خون**؟ پاسخ به این پرسش دشوار است، زیرا هر یک از این موارد دارای مزایای متعددی برای بدن ما هستند؛ بنابراین بهتر است بگوییم که هر دو مورد گزینه‌ای عالی برای درمان بیماری‌های مختلف محسوب می‌شوند.